

Ständige Bauchschmerzen

Das Reizdarmsyndrom geht mit Verstopfungen und Durchfall einher und kann jahrelang bestehen

VON SUSANNE SEIDENFADEN

Unter dem Begriff Reizdarmsyndrom versteht man eine funktionelle Darmerkrankung, die mit Bauchschmerzen, Bauchbeschwerden und auch Stuhlveränderungen einhergeht. Eine Voraussetzung für die Diagnose ist der Ausschluss einer anderen Ursache.

Reizdarmpatienten beschreiben unterschiedliche Symptome, wobei vorherrschend Blähungen und Bauchschmerzen sind, die Mehrzahl leidet auch ständig oder zumindest teilweise an Verstopfung, manche aber auch an Diarrhöen oder dem Wechsel zwischen Verstopfung und Durchfall. Häufig ist dem Stuhl Schleim beigemischt. Blut im Stuhl gehört allerdings nicht zu den Symptomen und muss immer gründlich abgeklärt werden.

Die Erkrankung ist häufig, man rechnet, dass in der westlichen Welt 30 Prozent der Frauen über 30 Jahren von den Beschwerden betroffen sind.

Bezüglich der Ursachen zeigt sich mehr und mehr, dass vermutlich ursächlich ein gastrointestinaler Infekt am Anfang der Entwicklung eines RDS steht. Die RDS-Symptomatik kann über Wochen, Monate und Jahre bestehen.

Über die Diagnose und Therapie des Reizdarmsyndroms informierte Dr. Gero Moog, niedergelassener Gastroenterologe am Marienkrankenhaus, unsere Leserinnen und Leser in der jüngsten HNA-Telefonsprechstunde.

Ich habe seit meiner Kindheit immer wieder mal ausgeprägte Bauchbeschwerden, die sich jetzt im Alter verstärken. Ich habe mittlerweile sehr häufig Verstopfung, die dann ganz in Durchfall endet. Ich traue mich schon gar nicht mehr, aus dem Haus zu gehen, weil ich Angst habe, dass ich schnell zur Toilette muss. Gibt es eine spezielle Diät, die mich von dieser Problematik befreit?

Moog: Nein, eine spezielle Diät, die generell gegen das Reizdarmsyndrom (RDS) hilft, gibt es nicht. Sie sollten auf jeden Fall alle blähenden Speisen weg lassen. Außerdem ist



Das Reizdarmsyndrom äußert sich in starken Bauchkrämpfen, oft gepaart mit Blähungen und Stuhlveränderungen wie Verstopfung oder Durchfall. Foto: dpa

es sinnvoll, über einen längeren Zeitraum ein Ernährungstagebuch zu führen, um zu sehen, ob Ihre Verdauungsprobleme von bestimmten Nahrungsmitteln kommen.

Ich habe eine Lactose- und Fructoseunverträglichkeit und eine Zöliakie. Außerdem wurde ein RDS bei mir diagnostiziert. Obwohl ich mich Gluten- und Lactosefrei ernähre, bestehen meine Probleme, vor allem Bauchkrämpfe, weiterhin fort. Haben Sie eine Erklärung?

Moog: Es ist sehr unwahrscheinlich, dass Sie zu diesen Unverträglichkeiten auch noch ein RDS entwickelt haben. Die Zöliakie ist ein eigenes Krankheitsbild. Vermutlich haben Sie eine refraktäre Zöliakie. Das heißt, dass die Symptome trotz einer Diät fortbestehen. Lassen Sie bei Ihrem Hausarzt einmal die Antikörperhöhe im Blut testen. Außerdem sollte im Rahmen einer Dünndarmspiegelung festgestellt werden, ob sich die Zotten im Darm regeneriert haben.

Ich bin 72 Jahre alt und habe

seit rund fünf Monaten mehrmals am Tag Durchfall. Ich habe schon sechs Kilo abgenommen. Eine Darmspiegelung hat keinen Befund erbracht. Ich mache mir aber doch Sorgen. Kann das ein RDS sein?

Moog: Eher nicht, aber das sollte unbedingt weiter abgeklärt werden. Denn bei so einer erheblichen Gewichtsabnahme innerhalb kurzer Zeit kann immer etwas Ernsthaftes dahinter stecken. Bitten Sie Ihren Arzt um einen Bauchultraschall, sowie um

die Abklärung, ob Magen und Leber in Ordnung sind.

Ich habe ein Reizdarmsyndrom, habe aber auch eine Panikstörung, die sich darin äußert, dass ich keinerlei Medikamente nehmen kann. Ich habe meistens eine starke Verstopfung, bevor ich meine Periode bekomme. Danach bekomme ich dann Durchfall. Ich habe starken Druck und Schmerzen im rechten Oberbauch. Kann es sein, dass da etwas reißt oder?

Moog: Nein, das ist in Folge

Zur Person

Dr. Gero Moog wurde 1960 in Kassel geboren. Er studierte Medizin in Marburg und München. Die Weiterbildung zum Gastroenterologen absolvierte er in Kliniken in Kassel und Göttingen.

Danach ließ er sich in Kassel nieder. Er hat seine Praxis am Marienkrankenhaus Kassel, wo er auch stationär tätig ist. Er ist verheiratet und hat eine Tochter.

Foto: Archiv



Schielen immer rechtzeitig behandeln

Augenfehlstellung kann angeboren sein oder durch Kinderkrankheiten mit hohem Fieber ausgelöst werden



Einem Kind wird das gesunde Auge mit einem Pflaster abgedeckt, um das schielende Auge zum Sehen zu bringen. Foto: AOK/In

Wenn Säuglinge in den ersten Lebensmonaten gelegentlich schielen, ist das normal, weil sie die Bewegung beider Augen noch nicht richtig koordinieren können. Wenn ein Kleinkind jedoch ständig schielt, kann sich daraus eine Sehschwäche entwickeln.

„Wird das Schielen rechtzeitig behandelt, lässt sich die Fehlstellung eines oder beider Augen korrigieren und eine Sehschwäche vermeiden“, sagt Dr. Christiane Roick, stellvertretende Leiterin des Stabs Medizin im AOK-Bundesverband.

Nach Angaben des Berufsverbandes der Augenärzte Deutschlands e.V. (BVA) schielen etwa vier Millionen Menschen in Deutschland. Bei ihnen schauen beide Augen bei der Fixierung eines Objekts nicht in die gleiche Richtung, was auch als Strabismus bezeichnet wird. Durch die Fehlstellung kommen die Bilder, die beide Augen liefern, im Gehirn nicht richtig zur De-

ckung. Dadurch ist keine räumliche Wahrnehmung mehr möglich, es entstehen störende Doppelbilder.

Einseitige Sehschwäche

Um solche Doppelbilder zu vermeiden, unterdrückt das kindliche Gehirn die Bilder, die vom schielenden Auge gesendet werden. Die Folge: Das schielende Auge wird nicht benutzt, das Sehvermögen entwickelt sich nicht weiter. Ohne Behandlung entwickeln 70 bis 90 Prozent der Kinder, die schielen, eine einseitige Sehschwäche. „Wird diese sogenannte Amblyopie rechtzeitig entdeckt, lässt sie sich effektiv behandeln“, sagt Roick. Schielen kann viele Ursachen haben. Neben einer möglichen erblichen Veranlagung gehören dazu Risikofaktoren, die während der Schwangerschaft oder Geburt auftreten. Oft liegen die Ursachen auch im Auge selbst. So können angeborene Brechungsfehler oder einseitige Linsentrübun-

gen die Fehlstellung eines Auges auslösen. Doch auch Kinderkrankheiten mit hohem Fieber, Unfälle oder schwere seelische Krisen sind manchmal für das Schielen verantwortlich.

Neben den angebotenen Frühuntersuchungen ist ein Besuch bei einem Kinder- oder Augenarzt angezeigt, wenn Eltern den Eindruck haben, dass es nicht gut sieht. Bei folgenden Auffälligkeiten sollten sie mit ihrem Nachwuchs ebenfalls einen Arzt aufsuchen:

- Lidveränderungen oder einer Anomalie der Lider,
- Trübungen der Hornhaut,
- einer grau-weißlichen Pupille,
- wenn das Kind ständig mit schräg gehaltenem Kopf schaut oder Dinge sehr nah ans Auge halten muss, um sie zu erkennen,
- Augenzittern,
- Lichtscheu,
- abnormal großen Augen.

Ich leide unter sehr starker Verstopfung. Ich habe eigentlich nur Stuhlgang, wenn ich ein Abführmittel nehme. Und dann auch nur unter Schmerzen. Man darf Abführmittel nicht dauerhaft einnehmen. Was kann ich sonst tun?

Moog: Dass Abführmittel zur Gewöhnung führen, ist eine mittlerweile widerlegte Theorie. Es gibt Menschen, die eine stark eingeschränkte Darmmotilität haben. Sie können jeden Tag ein Abführmittel nehmen, damit sich der Darm entleert. Da ein Abführmittel aber nur symptomatisch und nicht ursächlich wirkt, werden Sie wieder weniger Stuhlgang haben, wenn Sie es absetzen.

Sprechstunde

Der kaputte Fuß

Unsere Füße müssen im Lauf des Lebens viel (er)tragen. Häufig werden sie in enge Schuhe oder Schuhe mit hohen Absätzen gezwängt. Oft werden sie auch mit Übergewicht traktiert und müssen so täglich rund 1000 Tonnen an Belastungen abfangen.

Auf Dauer hält das kein gesunder Fuß aus und reagiert mit Schmerzen und Erkrankungen. Dazu gehören Hammerzehen, eingewachsene Zehennägel, der Hallux valgus oder die Großzehensteife. Therapeutisch kann man diesen Erkrankungen mit konservativen Therapien wie Einlagen entgegenzutreten. Oftmals ist jedoch eine Operation nötig, um die gute Funktion des Fußes wieder herzustellen oder um spätere Gelenkschäden zu vermeiden.

Über die Behandlung und eventuelle Operationen von Erkrankungen an den Füßen informiert Dr. Christian Caßelmann, Facharzt für Chirurgie und zertifizierter Fußchirurg am Klinikum Kassel in der HNA-Telefonsprechstunde am kommenden

Montag, 30. September, in der Zeit von 12 bis 13 Uhr unter Tel: 0561/203 15 20.

Internet-Tipp

Zöliakie

Die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft veröffentlicht auf ihrer Homepage Wissenswertes und alles Neue rund um die Glutenunverträglichkeit. Es gibt unter anderem eine ganze Reihe Rezepte. www.dzg-online.de

Buch-Tipp

Sei ein Frosch

Immer hellwach bleiben und dabei nicht hektisch, sondern gelassen sein. Um dann im richtigen Moment zuzuschlagen. Dieses Prinzip will der Autor mit seinem Buch vermitteln. „Sei wie ein Frosch, der ruhig auf einem Teichblatt sitzt, die Fliege beobachtet und sie, sobald sie in Reichweite ist, blitzschnell schnappt. Seinen Chancen soll man nicht hinterherrennen, sondern den richtigen Moment erkennen.“



Nam Nguyen, „Sei ein Frosch oder die Kunst, im Leben den richtigen Moment zu erwischen“, Patmos, ISBN 978-3-8436-0370-6, 14,99 Euro

(nh)